



World PT Day 2022

Η Οστεοαρθρίτιδα είναι ο
πιο κοινός τύπος αρθρίτιδας.



Η τακτική άσκηση
μειώνει τον κίνδυνο
εμφάνισης της ΟΑ, των
καταγμάτων ισχίου,
τον κίνδυνο των
πτώσεων σε
ηλικιωμένα άτομα και
μπορούν να
αποτρέψουν ή να
καθυστερήσουν την
ανάγκη για
χειρουργική επέμβαση.

Μίλα με έναν φυσικοθεραπευτή για τη
δημιουργία εξατομικευμένου
προγράμματος θεραπευτικής άσκησης
βασισμένο στις ανάγκες σου.



World
Physiotherapy

[#worldptday](https://www.instagram.com/worldptday)